

	Frauen	Männer
<b>Ab 18. LJ</b> jährlich	<b>Zahnvorsorgeuntersuchungen **</b>	
<b>18. – 34. LJ</b> einmalig	<b>Check-up 18 - 34</b> (Allgemeine Vorsorgeuntersuchung)	
<b>Ab 20. LJ</b> jährlich	<b>Gebärmutterhalskrebs</b>	
<b>Ab 30. LJ</b> jährlich	<b>Brustkrebs</b>	
<b>Ab 35. LJ</b> 3-jährlich	<b>Check-up 35</b> (Allgemeine Vorsorgeuntersuchung)	
<b>Ab 35. LJ</b> 2-jährlich	<b>Hautkrebscreening</b>	
<b>Ab 40. LJ</b> jährlich	<b>Glaukom-Screening (Augeninnendruck) **</b>	
<b>Ab 45. LJ</b> jährlich		<b>Krebsfrüherkennung des Mannes</b> (Prostata- und Hoden-Karzinom)
		<b>Ggf. erweiterte Vorsorge (Urologie)</b> (Transrektaler Ultraschall, PSA u.ä.) **
<b>Ab 46. LJ</b> 2-jährlich	<b>pAVK-Screening (Verschlusskrankheit der Beingefäße) ****</b>	
<b>50. – 69. LJ</b> 2-jährlich	<b>Mammographie</b> (Röntgen der Brust)	
<b>Ab 50. LJ</b>	<b>Darmkrebsvorsorge</b>	
	<i>Frauen</i> Ab. 50. LJ Stuhltest jährlich  55. + 65. LJ: Spiegelung (Koloskopie)	<i>Männer</i> 50 + 60. LJ: Spiegelung (Koloskopie)

	<i>Außerdem: Stuhltest</i> (weitere Informationen erhalten Sie in der Sprechstunde)	
<b>Ab 65. LJ</b> einmalig	<i>Nicht für Frauen</i>	<b>Früherkennung von Bauchaortenaneurysmen</b>
<b>70. LJ</b>	<b>Osteoporose-Screening</b> (zunächst nur Frauen)	
<b>80. LJ</b>	<b>Osteoporose-Screening</b>	

\*\* = keine Leistung der gesetzlichen Krankenkassen, aber von vielen Experten auf evidenzbasierter Grundlage empfohlen.

\*\*\*\* = unter bestimmten Voraussetzungen Leistung der gesetzlichen Krankenkassen.

---

**ACHTUNG WICHTIGER HINWEIS:** *Ich versuche Ihnen mit diesem Beitrag nach bestem Wissen und Gewissen eine Übersicht zu verschaffen. Ich möchte und kann jedoch nicht garantieren, stets sämtliche Empfehlungen sämtlicher Fachgesellschaften aktuell darzustellen. Der Beitrag ersetzt nicht die Beratung durch Ihre anderen Ärzte.*

---

Diese Untersuchungen können Sie in unserer Praxis durchführen lassen:

- Check-up 18 - 34 und Check-up 35
- Hautkrebsscreening
- pAVK-Screening
- Darmkrebsvorsorge
- Krebsfrüherkennung des Mannes
- Früherkennung von Bauchaortenaneurysmen
- Osteoporose-Screening

---

## **Detaillierte Informationen zu Untersuchungen in unserer Praxis**

### *Allgemeines zu den Kosten*

Der Umfang der Vorsorgeuntersuchungen der gesetzlichen Krankenkassen ist genau vorgeschrieben und folgt der Maxime: "Notwendig, wirtschaftlich, ausreichend". **Jeder Arzt ist kassenrechtlich dazu verpflichtet diese Vorgaben auch einzuhalten.**

So besteht beispielsweise die Labordiagnostik im Check-up 35 nur aus Cholesterin, Blutzucker und einem Urin-Streifentest. Das ist im Wesentlichen auch tatsächlich ausreichend, aber der ein oder andere möchte es nachvollziehbarerweise etwas genauer haben.

Hier ist ihre Krankengeschichte ausschlaggebend: Sollten Sie beispielsweise Medikamente nehmen, ist es sinnvoll Nierenfunktion und Leberwerte zu bestimmen und **das kostet dann auch nichts**. Auch leiden Sie möglicherweise an Beschwerden und dann ist eine Abklärung dieser Beschwerden auch durch die Krankenkassen normalerweise zu einem Großteil abgedeckt.

Deshalb ist es sinnvoll **vor einer Blutentnahme ein Gespräch zu führen**, das die Untersuchung Ihrer individuellen Situation anpasst und das auch am selben Termin erfolgen kann.

---

#### *Check-up 18 - 34*

Die Vorsorgeuntersuchung der 18 - 34 jährigen kann **in diesem Zeitraum einmalig** in Anspruch genommen werden.

- **Gespräch** über Vorerkrankungen und Erkrankungen in der Familie, sowie Informationen zu den Risiken des Rauchens und einem gesundheitsgerechten Umgang mit Alkohol.
- Körperliche **Untersuchung** einschließlich einer Messung des Blutdrucks.
- Wenn Übergewicht, Bluthochdruck oder besondere familiäre Vorerkrankungen vorliegen, werden die Blutfettwerte und der Nüchternblutzucker getestet. Eine Urinuntersuchung ist nicht vorgesehen.
- Bringen Sie gerne soweit vorhanden Ihren **Impfausweis** mit.

---

#### *Check-up 35*

Diese Vorsorgeuntersuchung kann nach dem 35. Geburtstag **jedes 3. Kalenderjahr** in Anspruch genommen werden.

- Untersuchung von Blutdruck, Urin und Blut (Gesamtcholesterin, LDL- und HDL-Cholesterin, Triglyceride, Blutzucker).
- Bringen Sie gerne soweit vorhanden Ihren **Impfausweis** mit.

#### *Ergänzende Selbstzahler-Module nach individueller Beratung (vgl. Preisliste LINK):*

- Labordiagnostik
  - Großes Basislabor
  - PSA-Screening (Vorsorge-Prostatakarzinom, sinnvoll ab 45. LJ)
  - Herzschwäche-Check (NT-proBNP)
  - Arteriosklerose-Labor (Homocystein + Lipoprotein A)
  - Omega-3-Fettsäuren-Index
  - Eisen-Screening (Ferritin)
  - Nerven-Vitamine (B12, B6, Folsäure)
  - Vitamin D-Screening (Vit. D, Calcium, Phosphat, Urin-Calcium)
  - Mikronährstoffprofil (Calcium, Eisen, Kalium, Kupfer, Magnesium, Mangan, Molybdän, Selen, Zink, kleines Blutbild, Vitamin B6)
  - Blutgruppenbestimmung mit Ausweis
  - Schwangerschaftstest aus dem Blut
- Apparative Leistungen
  - Ultraschall: Halsgefäße, Schilddrüse, Bauch

- ABI-Messung (Arteriosklerose-Screening der Beinarterien)
- EKG, Belastungs-EKG
- Lungenfunktionsprüfung
- Körperliche Untersuchung
  - Osteopathisch-chirodiagnostische Untersuchung des gesamten Bewegungsapparates

#### *Gut kombinierbare Kassenleistungen*

- Hautkrebsscreening
- Tumurvorsorge des Mannes
- Allergie-Test/ Prick-Test (bei Beschwerden)

---

#### *Hautkrebsscreening*

##### *Vorbereitung:*

- Entfernen Sie vor der Untersuchung soweit möglich bitte **Nagellack** von Finger- und Zehennägeln sowie **Körperschmuck** wie Ohrstecker oder Piercings .
- Tragen Sie kein **Make-up** auf.
- Vermeiden Sie aufwendige Frisuren, da der Arzt/ die Ärztin auch Ihre Kopfhaut untersucht.

##### *Wie läuft die Untersuchung ab:*

- Beim Hautkrebsscreening erfolgt die Untersuchung **der ganzen Haut**. Dafür müssen Sie sich im Laufe der Untersuchung **vollständig entkleiden**. Die Untersuchung ist in unserer Praxis sowohl bei einem Arzt, wie auch bei einer Ärztin möglich. **Ihre Privatsphäre nehmen wir ernst** und haben verschiedene Maßnahmen ergriffen, damit die Untersuchung nicht gestört wird.
- Die Untersuchung dauert ca. 15 Minuten (je nach Aufwand).

*Sollten Sie keine Untersuchung des Intimbereichs wünschen, ist das natürlich möglich, wir raten aber davon ab.*

---

#### *pAVK-Screening*

Die pAVK (**p**eriphere **a**rterielle **V**erschluss**k**rkrankheit) ist eine Krankheit, bei der Gefäßverkalkung die Blutgefäße der Beine "verstopft". Viele Patienten zeigen keine klassischen Symptome und bleiben bei gleichem Risiko unentdeckt.

Bei der Untersuchung der Beinarterien mit dem ABI-Gerät bekommen Sie an beide Arme und Beine Blutdruckmanschetten angelegt. Diese pumpen sich auf, der Druck lässt nach - fertig. Die Untersuchung ist schnell und nicht schmerzhafter als eine normale Blutdruckmessung.

Ein ABI-Wert < 0,9 weist mit einer Sensitivität von bis zu 95% auf eine PAVK hin und schließt umgekehrt die Erkrankung mit nahezu 100% Spezifität bei gesunden Personen aus.

Die ABI-Messung ist teilweise eine Leistung der gesetzlichen Krankenkassen ab dem 46. LJ für

- Patienten im **HZV-Vertrag der AOK**.
- Patienten im **DMP Diabetes mellitus** mit Insulin und/oder Raucheranamnese.
- Patienten im **DMP Koronare Herzkrankheit** mit Raucheranamnese und/oder stattgefundenem Schlaganfall.

Die Untersuchung ist kostengünstig. Bitte entnehmen Sie den Preis unserer [aktuellen Preisliste \(LINK\)](#).

---

*Weitere Untersuchungen (kurz)*

- **Darmkrebsvorsorge:** Stuhltest und Indikationsstellung für eine Darmspiegelung.
- **Krebsfrüherkennung des Mannes:** Tastuntersuchung des Intimbereichs und des Enddarms
- **Früherkennung von Bauchaortenaneurysmen:** Ultraschall der Hauptschlagadern nur bei Männern ab 65. Lebensjahr.
- **Osteoporose-Screening:** Bestimmung der Knochendichte durch eine Röntgenuntersuchung. Unter bestimmten Voraussetzungen (z.B. Kortisontherapie, Knochenbrüche u.a.) schon früher.